

دراسة تحليلية لمهارات التعبير الحركي في بطولة العروض الرياضية

للكليات المتخصصة مارس ٢٠١٥م/٢٠١٦م

أ.م.د/ رانيا مرسي ابو العباس*

د/ أحمد محمد أحمد أبو اليزيد**

د/ شيماء محمد علي لولى***

م/ دعاء فاود اسما عيل****

مقدمة ومشكلة البحث:

يعد التعبير الحركي مقياس للمجتمع وبارومتر للثقافة حيث انه يتكون من مجموعة من التقاليد والثقافات المختلفة ويعمل علي تنمية التذوق الجمالي والسمات النفسية والاجتماعية كما أن التعبير الحركي يكسب الطالبات مجموعع من القيم منها الالتزام والسلوك وغيرها من القيم وخاصة القيم الجمالية. (١)
(٧٧،٧٥:

ويتفق كلا من "عفاف عبد الرحمن زهران" (١٩٨٠م)، "عفاف محمد محمود" (١٩٨٠م) علي أن التعبير الحركي أحد المواد التربويه التي تجمع بين الأداء الحركي بطريقة علمية سليمة ومظاهر التعبير التي يعبر بها الفرد عما بداخله وعما يتأثر به من مظاهر محيطه أو فكرة معينة عن طريق الحركة التعبيرية الصادقة بمصاحبة الموسيقى. (١٠: ٤٦) (١١: ٣٧)

وللتعبير الحركي العديد من الوظائف سواء من الناحية الصحية أو النفسية أو الجمالية أو المعرفية وتتسم مهارات التعبير الحركي بالاصالة

* أستاذ مساعد بقسم الإدارة الرياضية والترويح -كلية التربية الرياضية -جامعة أسيوط

** مدرس بقسم الإدارة الرياضية والترويح-كلية التربية الرياضية -جامعة أسيوط

*** مدرس علم الاجتماع الرياضي بقسم العلوم التربوية والنفسية الرياضية -كلية التربية

الرياضية -جامعة أسيوط

**** معيدة بقسم الإدارة الرياضية والترويح -كلية التربية الرياضية -جامعة أسيوط

والتناسق والانسجام مع الايقاعات الموسيقية، مما يسهم بدرجة كبيرة في الارتقاء بالتذوق الجمالي للطالبات وليس هذا فقط بل يؤدي أيضا الي الارتقاء بالتذوق الجمالي لمشاهدي هذا الفن.(٦ : ١)

تعددت أنواع التعبير الحركي واختلفت باختلاف طبيعتها وأهدافها فمنها القديم ومنها الحديث ومنها الفردي والثنائي والرباعي والجماعي وفيها السهل الممكن لأي فرد ممارسته والصعب الذي يحتاج الي مقاييس معينة ومهارات حركية خاصة وهذه الأنواع هي(الشعبي، الباليه، الابتكاري الحديث، المزدوج، الرباعي، التربوي، التخصصي، التاريخي).(٤ : ٢٥)

وتقوم كليات التربية الرياضية علي تدريس الباليه والابتكاري الحديث وتنقسم مهارات الباليه الاساسية الي حركات الثني، حركات الوثب، حركات المد، حركات الدوران، حركات الرفع، الحركات الرابطة، أوضاع الجسم وينقسم الابتكاري الحديث الي حركات انتقالية مثل الحجل، القفز، الانزلاق، الفجوه، الجري، خطوه الحصان، المشي، الزحلقة وأيضا حركات تؤدي من الثبات مثل الدوران، المد، السقوط، الارتداد، المرجحه، التوازن.
(٤ : ٦٤، ٦٥)

ونجد أن العروض الرياضية شأنها شأن الأنشطة الرياضية الأخرى، انتهجت الاسلوب العلمى في حل مشكلاتها، ويظهر ذلك في البحوث والدراسات المرجعية التى تناولت العروض الرياضية والتى تزايدت بشكل ملحوظ في الفترة الأخيرة، وذلك من شأنه العمل علي تقدم وتطور العروض الرياضية والارتقاء بمفهومها من مجرد تجمع للرياضيين ولقاءات للشباب فقط، الي منهجا علميا يتناوله الباحثين في شتى أنحاء الوطن العربي عالم بالبحث والتطوير والابتكار.(١٦ : ١)

وفي الآونة الأخيرة فطنت الدول الي أهمية العروض الرياضية حيث اتفق كل من عطيات محمد خطاب وآخرون(٢٠٠٦م)، عنايات محمد فرج وفاتن

محمد البطل (٢٠٠٤م)، ليلي عبد العزيز زهران (١٩٩٧م) أن العروض الرياضية تعتبر واجهه لقياس تقدم الشعوب رياضيا ولذلك تعطى الدول المتقدمة أهمية خاصة لها، فالعروض الرياضية مرآة تنعكس عليها صورة المجتمع و لها تأثير فعال من الناحية القومية حيث تعمل علي اظهار التقدم الحضارى والثقافة الرياضية ونموذج لصحة النظم الاجتماعية والسياسية فى المجتمع، كما أن لها أهمية ودور فعال فى خلق المواطن الصالح، والتربية الشاملة المتكاملة و الارتقاء بالمستوى الصحى للفرد وتطوير العمل وزيادة الإنتاج و الوصول الي المستويات الرياضية العالية وذلك من خلال استخدام التمرينات الجماعية. (٩: ٣٤٤) (١٢ : ٢٧٧)

(١٥ : ١١٩)

كما أن للعروض الرياضية أهمية جمالية حيث تكتسب العروض الرياضية بما تحويه من تشكيلات متعددة وجمال ودقة في تأدية الحركات ومن تناسق بين الحركات والموسيقي المستعملة مع تعدد ألوان الملابس والأدوات و تضي علي المشتركين والمتفرجين احساسا بالجمال ينعكس علي أثره علي نفسياتهم واحساسهم بالسعادة وتجعلهم يتحمسون لمشاهده العروض الرياضيه ذات القيمة العالية، والتي تتميز بالطابع الجمالي المحبب الي النفس، تعبر العروض الرياضية عن دقه التوقيت والاداء والعمل المشترك والتشارك بمسئوليته الأداء وأيضا تعبر عن جمالية التعبير الحركي. (٢٦ : ١)

وتعرف بطولة العروض الرياضية للكليات المتخصصة بأنها لقاء سنوى تجتمع فيها كليات التربية الرياضية بجمهورية مصر العربية وتقوم بعرض فقرة العرض الرياضى الخاصة بها وتتم المنافسة فيما بينهم لإختيار أفضل ثلاثة مراكز ويشرف علي هذه البطولة المجلس القومى للرياضة، وترى إدارة المجلس القومى للرياضة بالتعاون مع وزارة الرياضة والاتحاد الرياضى للجامعات أن هذه البطولة تهدف الي الإستفادة من هذه العروض الرياضية لإختيار المتميز

منها فى المنافسات الرياضيه والقومية واكتشاف المواهب الرياضيه وزيادة تفعيل دور التعاون بين وزارة الرياضة والاتحاد الرياضي للجامعات مع كليات التربية الرياضيه (٢٧: ١)

ومن خلال الاطلاع علي الابحاث وجدا الباحثون أن الاهتمام بالدراسات في العروض الرياضيه تقتصر فقط علي مكونات العروض الرياضيه فقط أو الناحية التنظيميه الخاصه بالعروض الفنيه أو الناحية الاداريه والتنظيمه ولم يتم دراسات عن استخدام المهارات (مهارات التعبير الحركي) التي تعطي للعروض الرياضيه قيم جماليه خاصه بالأداء المهاري السليم أو اللياقه البدنيه التي تؤدي الي قوة العرض وكذلك أيضا وحدة الأداء الحركي الذي يظهر جليا في مهارات التعبير الحركي وكذلك الايقاع الموسيقي الذي يتم بين المهارات والموسيقي.

ومن هنا ترى الباحثون ضرورة تحليل بطوله العروض الرياضيه للكليات المتخصصه في ضوء مهارات التعبير الحركي.

المصطلحات الواردة بالبحث:

- العروض الرياضيه : Sport show

"هي الحركات البدنيه المعده والمكونه طبقا للمبادئ التربويه والفسولوجيه والحركيه والجماليه والتي تؤدي بواسطه مجموعه كبيره من الافراد في وقت واحد مع ارتباط الاداء بالمصاحبه الموسيقيه وذلك بغرض عرضها أمام الجماهير أو المشاهدين لكي تعبر أصدق تعبير عن مستوي المشتركين ومدي تطورهم في المجال الرياضي.(٩: ١١٩)

- التعبير الحركي : The dance

هو أحد المواد التربويه التي تجمع بين الأداء الحركي بطريقه علميه سليمه ومظاهر التعبير التي يعبر بها الفرد عما بداخله وعما يتأثر به من مظاهر محيطه أو فكره معينه عن طريق الحركه التعبيرييه الصادقه بمصاحبه الموسيقي. (١٠: ٤٦)

- بطولة الكليات المتخصصة: Specialized Colleagues championship

هي مسابقة للعروض الرياضية بين جميع كليات التربية الرياضية علي مستوى الجمهورية وتتم تحت إشراف المجلس القومي للرياضة سنويا منذ عام ٢٠٠٦م. (١٦ : ٤)

هدف البحث :

يهدف البحث إلي التعرف علي مدي انتشار مهارات التعبير الحركي المستخدمة في بطولة العروض الرياضية للكليات المتخصصة.

تساؤل البحث :

- ما هي مهارات التعبير الحركي الأكثر استخداما في بطولة العروض الرياضية للكليات المتخصصة؟

خطة واجراءات البحث:

المنهج المستخدم:

استخدم الباحثين المنهج الوصفي بالأسلوب التحليلي وذلك لملاءمته لتحقيق أهداف البحث ومناسبته لطبيعة إجراءاته.

مجتمع وعينة البحث:

يتمثل مجتمع البحث في طالبات كليات التربية الرياضية المشاركات في العروض الرياضية للكليات المتخصصة المشاركة التي اجتمعت في مارس ٢٠١٦م وبلغ عددهم (٢٨٨) طالبة في الإسكندرية.

جدول رقم (١)

م	الكليات المشاركة	عدد المشتركين	الجنس
١	جامعة الاسكندرية	٢٤	اناث
٢	جامعة حلوان	٢٤	اناث
٣	جامعة العريش	٢٤	اناث
٤	جامعة المنصورة	٢٤	اناث
٥	جامعة بورسعيد	٢٤	اناث

تابع جدول رقم (١)

م	الكليات المشاركة	عدد المشتركين	الجنس
٦	جامعة بني سويف	٢٤	اناث
٧	جامعة الزقازيق	٢٤	اناث
٨	جامعة جنوب الوادي	٢٤	اناث
٩	جامعة أسيوط	٢٤	اناث
١٠	جامعة سوهاج	٢٤	اناث
١١	جامعة بنها	٢٤	اناث
١٢	جامعة المنيا	٢٤	اناث
	الإجمالي	٢٨٨	

يتضح من ذلك الجدول أن هناك عدد ١٢ كلية من الكليات المتخصصة شاركت في بطولة العروض الرياضية وقام الباحثون بتحليل الفيديوهات الخاصة بالعروض الرياضية وتحليل مهارات التعبير الحركي من كل عرض داخل البطولة.

خطوات وإجراءات البحث:

أولاً: قام الباحثون بعمل مسح مرجعي للتعرف علي مهارات التعبير الحركي الاساسية والمشتقة) الباليه والابتكاري الحديث) وقد نتجت عن هذه الدراسة:

أ- مجتمع البحث:

يتكون مجتمع البحث من الخبراء في التعبير الحركي،العروض الرياضية،بطولة العروض الرياضية للكليات المتخصصة ٢٠١٥م-٢٠١٦م.

ب- عينة البحث:

تم تقسيم عينة البحث علي النحو التالي:

١- عينة التقنين: تم اختيار عينة التقنين بالطريقة العمدية العشوائية لعدد (١٣) خبيراً في مجال التعبير الحركي، العروض الرياضية، علم النفس،

علي أن يكون من الحاصلين علي درجة أستاذ في تخصصه وألا تقل عدد سنوات الخبرة عن (١٥) عاما مرفق (١).

٢- عينة التقييم: تم اختيار عينة التقييم بالطريقة العمدية لعدد (٦) خبراء من الحاصلين علي درجة أستاذ، أستاذ مساعد في التعبير الحركي ممن لهم خبرة لا تقل عن (١٠) أعوام في مجال العروض الرياضية.

٣- عينة التطبيق: تم اختيار عينة التطبيق بالطريقة العمدية لعدد (١٢) عرض رياضي للكليات المشاركة في بطولة العروض الرياضية للكليات المتخصصة ٢٠١٥م - ٢٠١٦م والتي تمت خلال الفترة من ٢٩/٣/٢٠١٦م - وهذه الكليات هي كلية التربية الرياضية بطلوان (بنات) كلية التربية الرياضية بالمنصورة (بنات)، كلية التربية الرياضية بينها (بنات)، كلية التربية الرياضية ببورسعيد (بنات)، كلية التربية الرياضية بسوهاج (بنات)، كلية التربية الرياضية بأسيوط (بنات)، كلية التربية الرياضية ببني سويف (بنات)، كلية التربية الرياضية بالمنيا (بنات)، كلية التربية الرياضية بالعريش (بنات)، كلية التربية الرياضية بكفر الشيخ (بنات)، كلية التربية الرياضية بجنوب الوادي (بنات) وكلية التربية الرياضية أسكندرية (بنات) والعدد الكلي (٢٨٨) بنات.

أدوات وأجهزة جمع البيانات:

استعان الباحثون في جمع بيانات البحث بالأدوات التالية:

أ- تحليل المراجع العلمية والدراسات السابقة:

قام الباحثون بتحليل الدراسات والمراجع العلمية المرتبطة والمتخصصة من العروض الرياضية والتعبير الحركي والقيم الجمالية وذلك بهدف جمع الإطار النظري للدراسة الحالية والمساعدة في وضع محاور وعبارات أستمارات الاستبيان وتحديد الخطوات التي سيتم عليها تنفيذ الدراسة الحالية، المساعدة في تفسير النتائج الخاصة بالدراسة الحالية.

ب- الأجهزة والأدوات:

١- كاميرا ديجيتال:

استعان الباحثون بعدد (٤) كاميرا وذلك لتصوير بطولة العروض الرياضية للكليات المتخصصة ٢٠١٥م- ٢٠١٦م التي تمت في شهر مارس في محافظة الإسكندرية.

٢- الأقراص الصلبة:

حيث استعان الباحثون باستخدام الأقراص الصلبة وذلك لتسجيل العروض الرياضية التي تمت في بطولة العروض الرياضية للكليات المتخصصة.

٣- جهاز كمبيوتر شخصي:

استعان الباحثون بأستخدام جهاز كمبيوتر شخصي وذلك لعرض الفيديوهات الخاصة بالعروض الرياضية علي الساده الخبراء للتقييم.

ج- إستمارات الاستبيان:

إنطلاقا من مشكلة البحث قام الباحثون بتصميم عدد (٢) استمارة علي النحو التالي:

١- إستمارة تحليل مهارات التعبير الحركي المستخدمة في العروض الرياضية مرفق (٤):

قام الباحثون بتحليل المراجع العلمية المتخصصة في مجال التعبير الحركي (٢) (٣) (٤) (٥) (٦) (٧) (١٣) (١٩) (١٨) (٢٠) (٢٢) (٢٣) (٢٥) لمهارات الباليه وكذلك المراجع العلمية لمهارات الرقص الحديث (١) (٣) (٢١) (٤) (٥) (٦) (١٣) (١٤) (٢٠) (٢١) (٢٤) (٢٧) (٢٨) (٢٩) (٣٠) وذلك بهدف التعرف علي المهارات المختلفة والمتنوعة للباليه والرقص الحديث حيث أن الرقص الشعبي لم يتم استخدامه في بطولة العروض الرياضية للكليات المتخصصة وذلك وفقا لقرارات وزارة الشباب والرياضة مرفق (٣).

بناء علي التحليل المرجعي السابق قام الباحثون بتصميم استمارة لتحليل مهارات التعبير الحركي المستخدمة في بطولة العروض الرياضية للكليات المتخصصة مرفق(٤) وقام بعرضها علي (١٠) خبراء وذلك في الفترة من ١_١٠/١٠/٢٠١٥م لتحديد مدي مناسبة الاستمارة للتحليل وبلغت نسبة الموافقة من ٩٠% الي ١٠٠%. وجدول (١) يوضح ذلك

جدول (٢)

التكرار والنسبة المئوية لآراء السادة الخبراء في المحاور المقترحة لاستمارة تحليل مهارات التعبير الحركي (ن=١٠)

م	المهارات	التكرار	النسبة المئوية
١	Battement teudu simple	١٠	%١٠٠
٢	Battement Jeté	١٠	%١٠٠
٣	Grand Battement	١٠	%١٠٠
٤	Arabesque	١٠	%١٠٠
٥	Pas de Bourree	١٠	%١٠٠
٦	Sauté	١٠	%١٠٠
٧	Jete enterelecé	٩	%٩٠
٨	Grand jete	١٠	%١٠٠
٩	Releve	٩	%٩٠
١٠	دوران على قدم واحدة	١٠	%١٠٠
١١	الدوران مع الانتقال	١٠	%١٠٠
١٢	دوران على قدمين معا	١٠	%١٠٠
١٣	المشي	١٠	%١٠٠
١٤	الجري مع لمس الكعب	١٠	%١٠٠
١٥	الجري في المكان	٩	%٩٠
١٦	الوثبات	١٠	%١٠٠
١٧	الحجل اماماً	١٠	%١٠٠
١٨	الحجل خلفاً	١٠	%١٠٠
١٩	الحجل جانباً	١٠	%١٠٠
٢٠	الحجلة المنقطة	٩	%٩٠
٢١	الزحقة الامامية	١٠	%١٠٠

تابع جدول (٢)
التكرار والنسبة المئوية لآراء السادة الخبراء في المحاور المقترحة لاستمارة
تحليل مهارات التعبير الحركي (ن=١٠)

م	المهارات	التكرار	النسبة المئوية
٢٢	الزحقة الجانبية	١٠	%١٠٠
٢٣	التموج	١٠	%١٠٠
٢٤	السقوط الامامي	١٠	%١٠٠
٢٥	السقوط الجانبي	١٠	%١٠٠
٢٦	السقوط الخلفي	١٠	%١٠٠
٢٧	الارتداد	١٠	%١٠٠
٢٨	Leap	٩	%٩٠
٢٩	التكور الامامي	١٠	%١٠٠
٣٠	التكور الخلفي	١٠	%١٠٠
٣١	الانقباض الخلفي	١٠	%١٠٠
٣٢	-الانقباض الامامي	١٠	%١٠٠
٣٣	ميل الجسم للامام	١٠	%١٠٠
٣٤	ميل الجسم للخلف	١٠	%١٠٠
٣٥	ميل الجسم للجانب	١٠	%١٠٠
٣٦	الدفع للامام	١٠	%١٠٠
٣٧	الدفع للجانب	١٠	%١٠٠
٣٨	الجلوس المتقاطع	٩	%٩٠

يتضح من جدول (٢) ان نسبة موافقة اراء الخبراء لبنود استمارة تحليل مهارات التعبير الحركي تراوحت نسبة الموافقة من ٩٠% الي ١٠٠%. مما يدل على صدق المحكمين لاستخدام استمارة التحليل.

- ثبات الاستمارة:

لحساب ثبات الاستمارة قام الباحثون بعرض العروض الخاصة بجامعة حلوان للفتيات عام ٢٠١٤م-٢٠١٥م علي عدد (٢) محكمين وحساب الارتباط بين درجات كل محكم وجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)
معامل الارتباط بين متوسطات درجات المحكم الاول والثانى لاستمارة تحليل
مهارات التعبير الحركى (ن=١٠)

م	المهارات	المحكم الاول		المحكم الثانى		قيمة ر
		س	ع	س	ع	
١	Battement teudu simple	٩.٨٣	٢.٣٧	٩.٧٥	٢.٢٦	٠.٩٧٦
٢	Battement Jeté	٩.٨٣	٢.٣٦	٩.٧٥	٢.٠١	٠.٩٤٨
٣	Grand Battement Arabesque	١٠.٠٨	١.٧٣	١٠.٠٨٣	١.٥٦	٠.٩٠٤
٤	Pas de Bourree	٨.٩٢	١.٨٨	٩.٥٠	١.٨٨	٠.٩١١
٥	Sauté	٦.٩١	٢.٢١	٧.٢١	٢.٢٥	٠.٩٨١
٦	Jete enterelecé	٧.٣٣	٢.٢٣	٧.٤٢	٢.٢٧	٠.٩٧٤
٧	Grand jete	٨.٣٣	١.٧٨	٨.١٧	١.٩٥	٠.٩٣٠
٨	Releve	٩.١٧	١.٩٩	٩.٢٥	١.٩١	٠.٩٤٢
٩	الدوران	٨.٢٥	١.٤٨	٨.٨٣	١.٦٤	٠.٩١٣
١٠	المشى	١٣.٠٠	٩.١٧	١٠.٦٧	٦.٦٦	٠.٩٦٧
١١	الجزى	٢٢.٥	٧.٧٨	٢٢.٠٠	٨.٤٩	١.٠٠
١٢	الوثبات	٢٢.٤	٢.٣٠	٢٢.٦	١.٩٥	٠.٩٣٦
١٣	الحجل	٢٣.١٣	٢.١٧	٢٢.٨٨	١.٨٩	٠.٩٨٤
١٤	الزحلقة	١٧.١٣	٦.٢٤	١٧.٥	٦.٠٥	٠.٩٩٧
١٥	التموج	١١.٨٩	٢.٩٣	١٢.٥	٢.٣٣	٠.٩٦٥
١٦	السقوط	١٨.٣٨	٢.٣٩	١٨.٦٣	٢.٣٩	٠.٩٨١
١٧	الارتداد	١٠.٩١	١.٣٠	١٠.٨٢	١.٣٣	٠.٩٧٤
١٨	Leap	٩.٥٥	٠.٨٢	٩.٦٧	٠.٦٥	٠.٩٣٧
١٩	التكور	١٥.٢٥	٢.٢٥	١٥.٢٥	٢.٢٥	٠.٩٧٢
٢٠	الانقباض	١٠.٤٥	١.٤٤	١٠.٢٧	١.٤٢	٠.٩٦٠
٢١	ميل الجسم	١٢.٤٥	١.٥١	١٢.١٨	١.٥٤	٠.٩٥٣
٢٢	الدفع	١٥.٩١	٢.٠٢	١٥.٥٥	٢.٠٧	٠.٩٧٠
٢٣	الجلوس	١٣.٤٤	١.٤٢	١٣.١١	١.٦٩	٠.٩٦٣
٢٤		١٥.٤٤	٢.٠٩	١٥.٥٦	٢.٧٩	٠.٩٨٤

يتضح من جدول (٣) ان معامل الارتباط بين متوسط درجات المحكم الاول والمحكم الثانى تراوحت ما بين (٠.٩٣٧ : ١.٠٠٠) وهى درجة ثبات عالية لاستخدام استمارة التحليل فى تقييم مهارات التعبير الحركى.

الدراسة الأساسية:

- قام الباحثون بتصوير بطولة العروض الرياضية للكليات المتخصصة ٢٠١٥م-٢٠١٦م حيث تم أشتراك عدد (١٢) كلية من الكليات المشاركة من كليات التربية الرياضية في جمهورية مصر العربية مرفق (٩).
- ثم قام الباحثون بعمل مونتاج لمهارات التعبير الحركي لعروض الفتيات وتحميلها علي CD في الفترة الزمنية من ٢٠١٦/٣/٣٠م إلي ٢٠١٦/٤/٥م، ثم بعد ذلك قام الباحثون بعرض ال CD علي السادة المحكمين مرفق (٢) لتقييم مهارات التعبير الحركي المستخدمة في العروض الرياضية وعلاقتها بالقيم الجمالية في الفترة الزمنية من ٦-٢٠١٦/٤/١٣م.

رابعاً: المعالجة الإحصائية للبيانات.

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط.
- النسبة المئوية.
- نسبة المساهمة.
- معامل ألفا كرونباخ.
- الدرجة المقدرة.
- الأهمية النسبية.
- معامل الانحدار.
- قيمة "ف".

أولاً: تفسير النتائج وعرضها:

في ضوء أهداف البحث وتحقيقاً لتساؤلاته تتناول الباحثون في هذا الفصل عرض النتائج التي تم التوصل إليها ومناقشتها من خلال المعالجات الاحصائية للبيانات التي تم الحصول عليها وذلك فيما يتفق مع طبيعة البحث. من خلال نتائج البحث اتضح أن هناك العديد من مهارات التعبير الحركي التي يتم استخدامها في بطولة العروض الرياضية للكليات المتخصصة وجدول (١٨) يوضح هذه المهارات

جدول (٤)

مهارات التعبير الحركي المستخدمة في العروض الرياضية (ن=١٢) عرض

م	مهارات التعبير الحركي	عدد التكرارات	النسبة المئوية لتكرار المهارة في العروض الرياضية
١	Battement teudu simple	١٤	١١٦.٦%
٢	Battement Jeté	١٢	١٠٠%
٣	Grand Battement	١٧	١٤١.٦%
٤	Arabesque	٢٥	٢٠٨.٣%
٥	Pas de Bourree	٣	٢٥ %
٦	Sauté	١٦	١٣٣.٣%
٧	Jete enterelecé	١٤	%١١٦.٦
٨	Grand jete	١٢	%١٠٠
٩	Releve	٢٧	%٢٢٥
١٠	دوران على قدم واحدة	٢١	%١٧٥
١١	الدوران مع الانتقال	١٥	%١٢٥
١٤	دوران على قدمين معا	١٧	%١٤١.٦
١٥	المشي	١٨	%١٥٠
١٦	الجرى مع لمس الكعب	٢٠	%١٦٦.٦
١٧	الجرى في المكان	٢٥	%٢٠٨.٣
١٨	الوثبات	٢٤	%٢٠٠
١٩	الحجل اماماً	٢٣	%١٩١.٦
٢٠	الحجل خلفاً	٢٤	%٢٠٠

مهارات التعبير الحركي المستخدمة في العروض الرياضية (ن=١٢) عرض
تابع جدول (٤)

م	مهارات التعبير الحركي	عدد التكرارات	النسبة المئوية لتكرار المهارة في العروض الرياضية
٢١	الحجل جانبا	١٢	١٠٠%
٢٢	الحجلة المنقطة	٩	٧٥%
٢٣	الزحقة الامامية	١٥	١٢٥%
٢٤	الزحقة الجانبية	١١	٩١.٦%
٢٥	التموج	٢٠	١٦٦.٦%
٢٦	السقوط الامامي	١١	٩١.٦%
٢٧	السقوط الجانبي	١٠	٨٣.٣%
٢٨	السقوط الخلفي	١١	٩١.٦%
٢٩	الارتداد	١٠	٨٣.٣%
٣٠	الفجوة	١٦	١٣٣.٣%
٣١	التكور الامامي	١٢	١٠٠%
٣٢	التكور الخلفي	٩	٧٥%
٣٣	الانقباض الخلفي	١١	٩١.٦%
٣٤	-الانقباض الامامي	١٤	١١٦.٦%
٣٥	ميل الجسم للامام	١٢	١٠٠%
٣٦	ميل الجسم للخلف	١٧	١٤١.٦%
٣٧	ميل الجسم للجانب	١٨	١٥٠%
٣٨	الدفع للامام	١٢	١٠٠%
٣٩	الدفع للجانب	١٤	١١٦.٦%
٤٠	الجلوس المتقاطع	١٥	١٢٥%
٤١	جلوس الزاوية	٢٠	١٦٦.٦%
٢٤	الجلوس الجانبي	١٩	١٥٨.٣%
٤٣	المرجحة الأمامية	١١	٩١.٦%

حيث يشير الباحثون إلى أن "ن" تساوي عدد المهارات داخل كل عرض من العروض الرياضية.

ويتضح من الجدول (٤) ما يلي: تراوحت النسبة المئوية لتكرار أداء مهارات التعبير الحركي في العروض الرياضية ما بين (٢٥% : ٢٢٥%)

حيث حصلت مهارة *Battement Jeté* ، مهارة *Grand jete* ، مهارة الحجل جانباً، مهارة التكور الأمامي، مهارة ميل الجسم للأمام، مهارة الدفع للأمام علي نسبة (١٠٠%)، بينما حصلت مهارة *Battement teudu simple* ، مهارة *Jet enterelecé*، مهارة الجري مع لمس الكعب، مهارة التموج، مهارة الإقباض الأمامي، مهارة الدفع للجانب، مهارة جلوس الزاوية علي نسبة (١١٦.٦%).

حصلت مهارة الزحقة الجانبية، مهارة السقوط الخفي، مهارة الإقباض الخفي، مهارة المرجحة الأمامية علي نسبة (٩١.٦%)، بينما حصلت مهارة الجلوس الجانبي علي نسبة (١٥٨.٣%)، حصلت مهارة *Releve* علي نسبة (٢٢٥%)، حصلت مهارة *Pas de Bourree* علي نسبة (٢٥%)، حصلت مهارة الارتداد، مهارة السقوط الجانبي علي نسبة (٨٣.٣%)، حصلت مهارة الدوران علي قدم واحدة (١٧٥%)، حصلت مهارة الحجلة المنقطة، مهارة التكور الخفي علي نسبة (٧٥%)، حصلت مهارة المشي، مهارة ميل الجسم للجانب علي نسبة (١٥٠%).

حصلت مهارة *Sauté*، مهارة الفجوة علي نسبة (١٣٣.٣%)، بينما حصلت مهارة *Grand Battement*، مهارة ميل الجسم للخلف، مهارة الدوران علي القدين معا علي نسبة (١٤١.٦%)، حصلت مهارة *Arabesque*، مهارة الجري ف المكان علي نسبة (٢٠٨.٣%)، حصلت مهارة الزحقة الأمامية، مهارة الدوران مع الانتقال علي نسبة (١٢٥%)، حصلت مهارة الوثبات، مهارة الحجل خلفا علي نسبة (٢٠٠%).

ومن خلال العرض السابق لنتائج الجدول يتضح ما يلي:

إستخدمت الكليات المشاركة في بطولة العروض الرياضية للكليات المتخصصة العديد من مهارات التعبير الحركي ويوجد نوعين من مهارات التعبير الحركي ما بين مهارات الباليه، مهارات الرقص الحديث ويشير عدد

تكرارات أداء هذه المهارات في عروض الفتيات بالكليات المشاركة المختلفة إلي أهمية هذه المهارات كمكون أساسي من حركات ومهارات التعبير الحركي في العروض الرياضية.

ويشير **ليلي زهران (١٩٩٧م)** إلي أن مهارات الباليه بقدر ما تتطلب حركات وتدرجات شاقة وعنيفة للوصول إلي المستوي المناسب للتعبير عن الأفكار إلا أنها تهدف إلي إسعاد المشاهدين أثناء الأداء. (٣١٨ : ١٥)

كما تتفق كل من **نجاح التهامي (١٩٩١م)**، **صفية أحمد محي الدين**، **سامية ربيع محمد (٢٠٠٢م)** أن مهارات الباليه تنقسم الي مهارات " الثني، المد، الرفع، الانزلاق، الإنطلاق، الوثب، الدوران بالاضافة الي حركات الربط وأوضاع الذراعين. (١٥ : ٦) (٢٢ : ١٩)

وكل نوع من هذه الأنواع يتكون من مجموعة من المهارات يبني علي أساسها الكثير من الجمل والمجموعات الحركية وتؤدي هذه المهارات بإيقاع سريع وتسمي بالحركات السريعة كالوثب والدوران بينما يحتاج البعض الآخر إلي إيقاع بطئ ويطلق عليها الحركات البطيئة. (٤٦ ، ٤٥ : ١٨)

ويشير **إجلال محمد إبراهيم، نادية محمد درويش (١٩٨٧م)** أن مهارات الرقص الحديث الحديث تعتمد علي استخدام الجسم كله وتتميز هذه المهارات بالابتكار وتساعد علي تنمية الاحساس بالزمن والفراغ والمجهود والموسيقي. (١٥ : ١)

وتضيف "**صفية أحمد حمدي، سامية ربيع محمد (٢٠٠٢م)** أن الرقص الحديث هو فن خلاق ومبدع يعبر عن فكرة بإستخدام حركات الجسم المختلفة والمتنوعة والتي يقوم بها الفرد وفقا لإمكانياته الذاتية. (١٣٤ : ٦)

حيث يعتمد الرقص الحديث علي إستخدام حركات الجسم الأساسية من حركات إنتقالية وهي المشي، الجري، القفز، الوثب، الحجل، الزحلقة، الفجوة،

الجلوب، الدوران وحركات غير إنتقالية وهي المرجحات، الدورانات، الارتداد، السقوط، التوازن، المد. (٣: ٣٤)

قام الباحثون بعرض مهارات التعبير الحركي المستخدمة في العروض الرياضية علي السادة الخبراء المقيمين وعددهم (٦) خبراء مرفق (٢) لتحديد الأهمية النسبية لهذه المهارات وجدول (١٩) يوضح ذلك.

جدول (٥)

التكرار والأهمية النسبية لمهارات التعبير الحركي في العروض الرياضية والترتيب الأكثر أهمية للعروض قيد البحث (ن=٦)

م	مهارات التعبير الحركي	التكرار	الأهمية النسبية	الترتيب
١	Battement teudu simple	١٤	٢.١٤	١٢
٢	Battement Jeté	١٢	١.٨٣	١٤
٣	Grand Battement	١٧	٢.٦٠	٩
٤	Arabesque	٢٥	٣.٨٢	٢
٥	Pas de Bourree	٣	٠.٤٦	١٩
٦	Sauté	١٦	٢.٤٥	١٠
٧	Jete enterelecé	١٤	٢.١٤	١٢
٨	Grand jete	١٢	١.٨٣	١٤
٩	Releve	٢٧	٤.١٣	١
١٠	دوران على قدم واحدة	٢١	٣.٢١	٥
١١	الدوران مع الانتقال	١٥	٢.٢٩	١١
١٢	دوران على قدمين معا	٧	١.٠٧	١٨
١٣	المشي الرياضي	١٨	٢.٧٥	٨
١٤	الجرى مع ثني الركبتين	٢٠	٣.٠٦	٦
١٥	الجرى في المكان	٢٥	٣.٨٢	٢
١٦	الوثبات	٢٤	٣.٦٧	٣
١٧	الحجل اماماً	٢٣	٣.٥٢	٤
١٨	الحجل خلفاً	٢٤	٣.٦٧	٣
١٩	الحجل جانبا	١٢	١.٨٣	١٤
٢٠	الحجلة المنقطة	٩	١.٣٨	١٧
٢١	الزحلقة الامامية	١٥	٢.٢٩	١١
٢٢	الزحلقة الجانبية	١١	١.٦٨	١٥

تابع جدول (٥)
التكرار والأهمية النسبية لمهارات التعبير الحركي في العروض الرياضية
والترتيب الأكثر أهمية للعروض قيد البحث (ن=٦)

م	مهارات التعبير الحركي	التكرار	الأهمية النسبية	الترتيب
٢٣	التموج	٢٠	٣.٠٦	٦
٢٤	السقوط الامامي	١١	١.٦٨	١٥
٢٥	السقوط الجانبي	١٠	١.٥٣	١٦
٢٦	السقوط الخلفي	١١	١.٦٨	١٥
٢٧	الإرتداد	١٠	١.٥٣	١٦
٢٨	الفجوة من الحركة	١٦	٢.٤٥	١٠
٢٩	التكور الامامي	١٢	١.٨٣	١٤
٣٠	التكور الخلفي	٩	١.٣٨	١٧
٣١	الانقباض الخلفي	١١	١.٦٨	١٥
٣٢	الانقباض الامامي	١٤	٢.١٤	١٢
٣٣	الانقباض الجانبي	١٢	١.٨٣	١٤
٣٤	ميل الجسم للخلف	١٧	٢.٦٠	٩
٣٥	ميل الجسم للجانب	١٨	٢.٧٥	٨
٣٦	ميل الجسم للامام	١٢	١.٨٣	١٤
٣٧	الدفع للامام	١٤	٢.١٤	١٢
٣٨	الدفع للجانب	١٥	٢.٢٩	١١
٣٩	الجلوس المتقاطع	٢٠	٣.٠٦	٦
٤٠	جلوس الزاوية	١٩	٢.٩١	٧
٤١	الجلوس الجانبي	١١	١.٦٨	١٥
٤٢	التوازن الثابت	١٥	٢.٢٩	١١
٤٣	المرجحة الامامية	١٣	١.٩٩	١٣

يتضح من جدول (٥) ما يلي: أن الأهمية النسبية لمهارات التعبير الحركي في العروض الرياضية تراوحت ما بين (٠.٤٦% : ٤.١٣%)، يتضح أن مهارة (Releve) حصلت الترتيب الأول في الأهمية النسبية، كما حصلت مهارة (Pas de Bourree) الترتيب الأخير في الأهمية النسبية.

يتضح من الجدول السابق الأهمية النسبية لمهارات التعبير الحركي المستخدمة في العروض الرياضية للكليات المتخصصة حيث أن الأهمية النسبية لمهارة *Battement teudu simple*، مهارة الإنقباض الأمامي، مهارة الدفع للأمام كانت (٢.١٤)، بينما الأهمية النسبية لمهارة *Battement Jeté*، مهارة *Grand jete*، مهارة الحجل جانبا، مهارة التكور الأمامي، مهارة الإنقباض الجانبي كانت (١.٨٣)، الأهمية النسبية لمهارة *Grand Battement*، مهارة ميل الجسم للخلف كانت (٢.٦٠)، الأهمية النسبية لمهارة *Arabesque*، مهارة الجري في المكان كانت (٣.٨٢)، الأهمية النسبية لمهارة *Pas de Bourree* (٠.٤٦)، الأهمية النسبية لمهارة *Sauté*، مهارة الفجوة من الحركة كانت (٢.٤٥)، الأهمية النسبية لمهارة *Jete enterelecé* (٢.١٤)، بينما الأهمية النسبية لمهارة *Releve* (٤.١٣)، الأهمية النسبية لمهارة الدوران علي قدم واحدة (٣.٢١).

الأهمية النسبية لمهارة المشي، مهارة ميل الجسم للجانب كانت (٢.٧٥)، الأهمية النسبية لمهارة الجري مع لمس الكعبين، مهارة التموج، مهارة الجلوس المتقاطع كانت (٣.٠٦)، الأهمية النسبية لمهارة الوثبات، مهارة الحجل خلفا كانت (٣.٦٧)، بينما الأهمية النسبية لمهارة الحجل أماما كانت (٣.٥٢)، بينما الأهمية النسبية لمهارة جلوس الزاوية كانت (٢.٩١)، الأهمية النسبية لمهارة المرجحة الأمامية كانت (١.٩٩).

وتعتبر مهارات التعبير الحركي من الفنون التي تلقي إهتماما كبيرا ويرغب الكثيرون بها لذلك تنمي درجة عالية من المهارات التكتيكية للطالبات كما يتم أداء المهارات بوعي وإدراك تام.

(١٤ : ٤٠)

ويشير "نادية الدمرداش" (١٩٩٢م) أن التعبير الحركي وسيلة هامة لتقوية العقل والجسم ولاتساع مدارك الفرد وتنمية قدرته علي الإبداع والإبتكار والتجديد. (١٧ : ١٤)

ويذكر " أحمد حسن جمعة" (١٩٩٧م) أن مهارات الباليه تتميز بالإسلوب الرسمي والتقليدي في الحركة بينما مهارات الرقص الحديث تتميز بالحرية التامة وعدم التقليد (الإبتكارية) ويستخدم مهارات معروفة وغير معروفة. كما أن مهارات التعبير الحركي تعتبر وسيلة للإنتلاق العاطفي كما تساعد الفرد في التعبير عن رغباته بالأداء الحركي. (١ : ١٢)

كما يشير فاطمة العزب (١٩٩٣م) أن التعبير الحركي يهدف إلي النمو المتكامل للطالبات من جميع النواحي الجسمية والعقلية والنفسية والإجتماعية. (٧ : ١٣)

في ضوء ما توصل اليه الباحثون من نتائج البحث تم التوصل الي الإستنتاجات التالية:

١- تم التوصل إلي استخدام العديد من مهارات التعبير الحركي في بطولة العروض الرياضية للكليات المتخصصة ٢٠١٥م_٢٠١٦م حيث تراوحت النسبة المئوية لتكرار أداء مهارات التعبير الحركي في العروض الرياضية ما بين (٢٥ % : ٢٢٥ %) حيث حصلت مهارة Releve علي نسبة (٢٢٥%)، حصلت مهارة Pas de Bourree علي نسبة (٢٥%).

٢- تم إستخدام مهارات التعبير الحركي وهي (Battement teudu simple, Battement Jeté, Grand Battement, Arabesque, Pas de Bourree, Sauté, Jete enterelecé, الدوران، الوثبات، Releve، Grand jete، الحجل بأنواعه، الزحلقة بأنواعها، السقوط بأنواعه، التكور، دفع الجسم، الانقباض، التموج، الارتداد، الجلوس، المرجحة، الفجوة).

في ضوء أهداف البحث وتساؤلاته وفي ضوء عينة البحث ومن خلال التحليل الإحصائي للبيانات توصي الباحثون بالآتي:

- ١- وضع تصور مقترح خاص بمهارات التعبير الحركي في ضوء القيم الجمالية.
- ٢- استخدام استمارة تقييم بمهارات التعبير الحركي في العروض الرياضية.
- ٣- الاهتمام بالمعايير الجمالية في مهارات التعبير الحركي المستخدمة في العروض الرياضية.
- ٤- عمل أبحاث أو دراسات مستقبلية أكثر تعمقا تربط ما بين القيم الجمالية وعلاقتها بالتعبير الحركي.
- ٥- التنوع في مهارات التعبير الحركي المستخدمة في العروض الرياضية.
- ٦- زيادة نسبة مساهمة مهارات التعبير الحركي في العروض الرياضية.

((المراجع))

أولاً: المراجع العربية

- ١- إجلال محمد إبراهيم، نادية محمد درويش: "الرقص الابتكاري الحديث"، تقديم نفسه الغمراوي، دار الهنا للطباعة، ١٩٨٧م
- ٢- أحمد حسن جمعة: "الحركة في فن البالية"، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة، ١٩٩٧م.
- ٣- انتصار عبد العزيز حلمي: "التكنولوجيا الحديثة والاستفادة منها في تعليم المهارات الأساسية للتعبير الحركي"، بحث مرجعي للترقي لدرجة أستاذ مساعد في التربية الرياضية، المجلس الأعلى للجامعات، اللجنة العلمية الدائمة، ٢٠٠٣م.
- ٤- رانيا مرسي أبو العباس: منهاج تعبير حركي لطالبات كلية التربية الرياضية، رساله دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعه أسيوط، ٢٠٠٤م.

- ٥- زينب الإسكندراني وآمال محمد يوسف وانتصار عبد العزيز حلمي: "فن الحركة في التعبير الحركي"، مطابع جامعة الزقازيق، ٢٠٠٨م
- ٦- صفية أحمد محي الدين وسامية ربيع محمد: "البالية والرقص الحديث"، القاهرة، ٢٠٠٢م
- ٧- صفية أحمد محي الدين: "التصميم الأبتكاري لعروض التعبير الحركي"، مكتبة الانجلو المصرية، ٢٠٠٧م.
- ٨- عطيات خطاب، مها فكري، شهيرة عبد الوهاب: أساسيات التمرينات والتمرينات الإيقاعية، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٦م.
- ٩- عطيات محمد خطاب: التمرينات البدنية، الطبعة الثالثة، دار المعارف، القاهرة، ١٩٩٧م.
- ١٠- عفاف عبد الرحمن زهران: العلاقة بين سمات الشخصية واللياقة البدنية وبين التفوق في التعبير الحركي، رساله دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات، الاسكندرية، جامعه حلوان، ١٩٨٠م.
- ١١- عفاف محمد محمود: دراسته أثر التعبير الحركي علي بعض السمات الشخصية للأحداث، رساله دكتوراه، كلية التربية الرياضية، الإسكندرية، جامعه حلوان، ١٩٨٠م.
- ١٢- عنايات محمد فرج، فاتن محمد البطل: التمرينات الإيقاعية والجمباز الإيقاعي والعروض الرياضية، دار الفكر العربي، ٢٠٠٤م.
- ١٣- فاطمة العزب: "التعبير الحركي الحديث بين النظرية والتطبيق، مركز الدلتا للطباعة، الإسكندرية، ١٩٩٣م
- ١٤- فاطمة على العزب: "تاريخ التعبير الحركي (باليه، حديث، شعبي واجتماعي)، ١٩٩٤م

- ١٥ - **ليلى عبد العزيز زهران**: الأسس العلمية والعملية للتمرينات والتمرينات الفنية، دار الفكر العربي، ١٩٩٧م.
- ١٦ - **محمد مرسل حمد، حازم أحمد السيد**: دراسة تحليلية للعروض الرياضية من ١٩٨٠م إلى ٢٠١٠م، بحث منشور، مجلة الجزيرة بنات لعلوم وفنون التربية الرياضية، جامعة حلوان، ٢٠١٠م.
- ١٧ - **ناديه الدمرداش**: "الأسس العلمية والفنية للفلكلور، جامعته حلوان، ١٩٩٢م.
- ١٨ - **نجاح التهامي حسن**: "الباليه"، القاهرة، الجهاز المركزي للكتب الجامعية والمدرسين، ١٩٧٨م.
- ١٩ - **نجاح التهامي حسن**: الباليه، القاهرة، ١٩٩١م.
- ٢٠ - **نفيسة الغمراوي**: "التعبير الحركي عند القدماء المصريين"، مطبعة مخيم، د.ت.

ثانياً: المراجع الأجنبية

- 21-Anna Paskevaska**: Ballet From the First Plié to Mastery, 2002
- 22-Arnold, Haskell**: L.the wonderfull world of Dance, London: L.T.A, Robinson, 1td.1960.
- 23-Betty,T**: Dance-physical Education is an Art form 2ed new york, c.v mosby company,1974.
- 24-Ediger, Monlaw**: Astudy of values, leering house,v69, ip,56_58m ser _ ocut,u.s.r,1995.
- 25-Jean, Houston**: Frequently Asked question about Ecstatic Dance Washington 2000.

- 26-Nana Davis:** curriculum dance description, dance center, pacific artists, Oregon, 2002.
- 27-Nana shineflu:** dance courses, low college of education state university, 2000.
- 28-Nova gar den:** dance arts, reston consvatory, and 2002.
- 29-Phil Kirk:** dance, arts education curriculum, department of public instruction, ncp public schools.
- 30-Robert Greskovic:** Ballet A Complete Guide to Learning and Loving the Ballet: Published by Hal Leonard Corporation. 2006
- 31-**<https://www.abjjad.com/book/2000>.
- 32-**<http://www.nsc.gov.eg/index.php>.